چہرے سے فالتو بال ختم کرنا

- بیسن کو پانی میں گھول کر چہرے پر لگائیں۔ جب یہ ہلکا خشک ہو جائے تو اسے ہاتھ کی مدد سے کھرچ کر اتار لیں۔ اس سے بال جڑ سے نکل آئیں گے۔
- پانی میں نمک ڈال کر سوتی کپڑے سے اسے چہرے پر ملیں۔ تقریباً ایک ہفتے کے باقاعدہ استعمال سے بال ختم ہو جائیں گے۔

چہرے کے گڑھے دور کرنے کا طریقہ

تھوڑی سے ملتانی مٹی لے کر عرق گلاب میں ملا لیں۔ پھر چہرے پر تقریباً پندرہ منٹ کے لیے لیپ کر دیں۔ بعد میں تازہ پانی سے منہ دھو لیں۔ چند دنوں میں ہی گڑھے دور ہو جائیں گے۔

ناخنوں کو ٹوٹنے سے بچانے کا طریقہ

ایک لیموں کا رس پانی میں ملا کر روز پیا کریں۔ چار لیموں لے کر ان کا رس نکالیں۔ اس میں پسی ہوئی تھوڑی سی پھٹکری ملائیں۔ پھر یہ دوا تقریباً بیس منٹ تک ناخنوں پر لگی رہنے دیں۔ خشک ہونے پر ہاتھ دھولیں۔

ناک کے اردگرد سے سیاہ نشان مٹانے کا طریقہ

کڑوے باداموں کو اچھی طرح سے پیس لیں پھر انہیں مطلوبہ جگہ پر لیپ کر دیں۔ چند ہی دنوں میں نشان مٹ جائیں گے۔

میک اپ کے استعمال سے جھریاں پڑ جائیں تو

مٹی کی پیالی میں ایک چمچہ بالائی اور تقریباً تین بادام کی گریاں پیس کر رات کے وقت چہرے پر لیپ کریں۔ چھائیاں، جھریاں ختم ہو جائیں گی۔

گیہوں کا آٹا اور ہلدی برابر مقدار میں ملالیں۔ پھر گائے کے کچے دودھ میں ملا کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

پلکیں گھنی اور لمبی بنانے کا طریقہ

روزانہ رات کو سوتے وقت کاسٹر آئل پلکوں پر لگانے سے پلکیں گھنی اور لمبی ہوتی ہیں۔ زیتون کا تیل ہلکا گرم کر کے لگایا جائے تو بھی پلکیں خوبصورت بنانے کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔

ناخنوں کی صحت اور دل کشی کے لیے

لیموں یا نارنگی کا رس پینے سے ناخن دلکش ہو جاتے ہیں۔

انڈے کو تقریباً دو گھنٹے تک رس میں رکھ کر پینے سے ناخن مزید دلکش اور چمکدار ہو جائیں گے۔

ناخنوں کو مضبوط بنانے کا طریقہ

لیموں یا نارنگی وغیرہ کا رس پینے سے ناخن مضبوط ہوتے ہیں۔ ناخنوں پر لیموں ملا جائے تو تب بھی ان میں مضبوطی پیدا ہوتی ہے۔

ناخنوں میں چمک پیدا کرنے کا طریقہ

ناخنوں پر لیموں کا رس لگانے سے ان میں چمک پیدا ہوتی ہے۔

پاؤں کی پھٹی ایڑیوں کا علاج

موم اور چربی برابر مقدار میں آگ میں پگھلانے کے بعد ٹھنڈی ہونے سے پہلے ایڑیوں پر لگا کر جرابیں پہن لیں۔ صبح لیپ اتار لیں۔ چند دنوں میں پھٹی ایڑیاں بالکل صحیح ہو جائیں گی۔

روغن زیتون اور نمک گرم پانی میں ملا کر تقریباً دس منٹ کے لیے پاؤں اس پانی میں رکھیں۔ پھر پاؤں اچھی طرح صاف کر لیں۔ پاؤں ملائم اور ایڑیاں نرم ہو جائیں گی۔

پھٹے پاؤں کی صحیح کرنے کا طریقہ

دو شلغم لے کر چھلکے سمیت ٹکڑے کر لیں۔ کسی بڑے برتن میں پانی بھر کر شلغم ابالنے کے لیے رکھ دیں۔ جب شلغم گل جائیں تو اس میں نمک ملائیں اور سرسوں کا تیل، پھر اس پانی میں پاؤں ڈال کر بیٹھ جائیں۔ جب پانی ٹھنڈا ہونے لگے تو پاؤں نکال لیں۔ انہیں کسی کپڑے سے صاف کر لیں۔ تین چار دن یہ عمل کریں پاؤں ٹھیک ہو جائیں گے۔

رنگ گورا کرنے کا طریقہ

پودے کی پتیاں لے کر انہیں ابال کر ان کا پانی ٹھنڈا کر کے نہار منہ استعمال کریں۔

گاجر کھانے سے اس کا جوس پینے سے بھی رنگ سرخ و سفید ہوتا ہے۔

کسی برتن میں پانی ابال لیں۔ پھر اس پانی کی بھاپ اپنے چہرے پر لیں۔ اس سے چہرے کے مسام بھی کھلتے ہیں۔ چہرہ صاف و شفاف اور رنگ گورا ہوتا ہے۔

لیموں کا رس چہرے پر ملنے سے بھی رنگ گورا ہوتا ہے۔

پھوڑے پھنسیاں

جس جگہ پھوڑے پھنسیاں نکل آئیں۔ اس جگہ پر مرغی کے انڈے کی زردی اور تیل کی مالش کرنی چاہیے۔ وہ جگہ جہاں پر پھوڑے پھنسیاں نکلی تھیں، آہستہ آہستہ ختم ہو جائیں گی۔

سیپیوں کا سفوف

تیز گرم پانی میں ڈال جر برش سے صاف کر لیں۔ پھر تھوڑا سا نمک ڈال کر تقریباً پانچ منٹ تیز آنچ پر ابال لیں۔ ابال لینے کے بعد کسی چھلنی میں سیپیاں ڈال دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو انھیں تیز آگ پر جلائیں یعنی گیس کے چولہے پر انھیں اچھی طرح سے سرخ ہونے دیں جب سرخ ہو جائیں تو کسی برتن میں پانی ڈال کر سیپیاں اس برتن میں ڈال دیں۔ جب سیپیاں ٹوٹ جائیں تو ان کو ہاون دستہ میں کوٹ کر گرائنڈر میں پیس لیں۔

ایک چمچ سفوف تھوڑے سے دودھ میں مکس کر کے رات کو سونے سے پہلے اچھی طرح سے چہرے پر لگائیں۔ صبح تازہ پانی سے دھو لیں چہرے کی تازگی کے لیے سفوف نہایت موزوں ثابت ہوگا۔

مہندی سے بالوں کی حفاظت کا طریقہ

مہندی پانی میں گھول لیں۔ آدھے لیموں کا رس ملائیں۔ چار لونگ پیس کر شامل کرلیں۔ ایک انڈے کی زردی شامل کریں۔ آخر میں دارچینی کا چھوٹا سا ٹکڑا پیس کر ملائیں۔ اور پھر مہندی کو دو گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔ سر میں اچھی طرح لگائیں۔ پھر تقریباً دو گھنٹے بعد سر پانی سے دھولیں۔ بعد میں شیمپو کرلیں۔ مہینے میں ایک بار عمل کریں۔

ناخنوں کی خراب رنگت کا علاج

ایک چمچ لیموں کا عرق، ایک گرم پیالہ، پانی یا بھینس کے گرم دودھ میں ملا کر ناخن دھونے سے ناخنوں کی رنگت خوبصورت اور داغ ختم ہوجاتے ہیں۔

خشکی کا علاج

ایک چمچہ مہندی، ایک چمچہ سرسوں کا تیل، ایک انڈہ، آدھے لیموں کا رس اور تھوڑا سا دہی۔ ان سب چیزوں کو ملا کر کچھ دیر کے لیے سر پر لگا لیں۔ بہتر یہی ہوگا کہ تقریباً دو سے تین گھنٹے تک اسے سر پر لگا رہنے دیں۔ پھر بال کسی اچھے شیمپو سے دھولیں۔ خشکی ہمیشہ کے لیے غائب ہو جائے گی۔

زیتون کے تیل کو باقاعدگی سے رات کو سر کی مالش کریں۔ صبح نیم گرم پانی سے سر دھولیں۔

چقندر کو کاٹ کر پتوں سمیت ابال لیں پھر اس کو شیمپو کی طرح بالوں میں لگا کر سر دھولیں۔ چند منٹ کے لئے یہ پانی سر پر لگا رہنے دیں تو زیادہ فائدہ مند ثابت ہوگا۔

آگ سے جلنے، تیزاب سے جھلسنے والے داغ کے لیے

ایک پاؤ سرسوں کا تیل اور آدھ پاؤ گڑ لے کر کوٹ لیں۔ تیل میں گڑ شامل کر کے ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب گڑ جل کر کوئلہ بن جائے تو اتار لیں۔ گڑ نکال کر پھینک دیں۔ تیل کسی بوتل میں نکال لیں۔ روزانہ رات کو سوتے وقت یہ تیل داغ پر لگائیں۔ صبح منہ دھو لیں۔ ایک مہینے کے استعمال سے داغ ختم ہو جائیں گے۔

چہرے سے دانے دور کرنے کے لیے

لیموں کاٹ کر چہرے پر مساج کریں۔ تقریباً پندرہ منٹ مساج کرنے کے بعد تازے پانی میں آدھا چمچ نمک کی ڈال کر اس سے منہ دھو لیں۔ دن میں تقریباً دو دفعہ یہ عمل کریں تو چہرے کے دانے بھی ختم ہو جائیں گے اور داغ بھی نہیں رہیں گے۔

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں www.iqbalkalmati.blogspot.com
ہونٹوں کی سیاہی کے لیے
کٹے اور کھردرے ہونٹوں پر لپ اسٹک لگانا

خشک جلد کی حفاظت کے طریقے

کیل مہاسوں سے نجات

دانتوں کی پلاکٹ دور کرنا

جھریاں ختم کرنے کا طریقہ

سانولی جلد کے لیے

کہنی کی سیاہ رنگت دور کرنے کا طریقہ

چہرے پر سرخ دانے نکل آئیں تو

ہاتھوں کی جلن دور کرنے کا طریقہ

چہرے کا میل صاف کرنے کے لیے
چہرے پر جھائیں ختم دور کرنے کا طریقہ
مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں www.iqbalkalmati.blogspot.com

چہرے کا پیلا پن دور کرنے کا طریقہ

چہرے کا رنگ صاف ہو

چہرے کی خوبصورتی اور نکھار کے لئے

جلد کی تازگی کے لیے

جلد کی تازگی کے لیے دیسی آزمودہ نسخے استعمال کرنے سے فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ تازہ متوازن غذا کھانے سے صبح سویرے اٹھ کر نماز پڑھنے اور سیر کرنے سے صحت ٹھیک رہتی ہے۔ ابٹن کا استعمال ہر طرح کی جلد کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ ابٹن بنانے کے لیے بازار سے چنبیلی کی کھلی خرید لیں۔

چنبیلی کی کھلی	ایک کپ
چنے کا بیسن	ایک کپ
ہلدی (پسی ہوئی)	دو بڑے چمچے
دارچینی (پسی ہوئی)	ایک چھوٹا چمچہ

ان چاروں چیزوں کو ملائیں۔ شیشے کی چھوٹی پلیٹ میں ایک بڑا چمچہ بھر کر ابٹن ڈالیں۔ اس میں چار قطرے لیموں کا رس ملا کر تھوڑا سا پانی ملائیں اور اپنے چہرے اور ہاتھوں پر ملیں۔ پھر تازہ پانی سے منہ ہاتھ دھوئیں۔

چہرے پر بلیچنگ کے لیے

بلیچنگ کے لیے کئی کریمیں ملتی ہیں۔ عام طور وا لیو یا کریم متوسط طبقہ استعمال کرتا ہے۔ jolen کریم مہنگی ملتی ہے۔ مگر یہ جلد کے لیے موزوں رہتی ہے۔ یہ جلد کے روئیں کو بڑھنے نہیں دیتی۔ گھر میں کریم بنانے کے لیے یہ چیزیں خرید لیں۔

لیکورڈ ایمونیا پی	ایک اونس
ہائیڈروجن پرآکسائیڈ	(20 والیوم) چار اونس
بلیچنگ پاؤڈر	ایک اونس

چکنی جلد سے مہاسے دور کرنے کا طریقہ

انڈے کی سفیدی پھینٹ لیں اور اس کو چہرے پر تقریباً پندرہ منٹ کے لیے لگا رہنے دیں۔ بعد میں صابن سے منہ دھو کر خشک کر لیں۔ چند دنوں میں ہی مہاسے ختم ہو جائیں گے۔

بھورے تلوں کے لیے

ایک مولی لیں۔ اسے دھو کر کدوکش کر لیں۔ ایک بڑا چمچہ مولی کا رس، ایک چمچہ کا رس اور ایک چمچہ دہی۔ ان تینوں چیزوں کو خوب مکس کر کے تقریباً دس منٹ تک چہرے پر لگا رہنے دیں۔ یہ چہرے پر تقریباً پندرہ منٹ تک لگا رہنے دیں۔ پھر صابن سے منہ دھو لیں۔ ایک ہفتہ تک یہ عمل کریں۔

آنکھوں کو ٹھنڈک پہنچانے کا علاج

کھیرے یا ٹماٹر کو کاٹ کر اس کا ایک قتلہ آنکھیں بند کر کے آنکھوں پر رکھ لیں۔ تقریباً پندرہ منٹ تک قتلہ آنکھوں پر رہنے دیں۔ بعد میں آنکھوں پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے ماریں۔ آنکھوں میں ٹھنڈک محسوس ہوگی۔

منہ سے بو دور کرنے کا طریقہ

چھوٹی الائچی منہ میں رکھ لیا کریں۔ اس سے منہ کی بو دور ہو جاتی ہے۔

عرق گلاب میں لیموں نچوڑ لیں۔ اس سے رات کو غرارے کریں اور پھول کی پتیاں دانتوں پر ملنے سے بھی منہ کی بو ختم ہو جاتی ہے۔

سفید بالوں کو سیاہ کرنے کے لیے

آلو کے خشک ٹکڑے لوہے کے برتن میں ایک دن کے بھگو دیں۔ دوسرے دن اس پانی سے سر دھونے سے بال سیاہ ہو جائیں گے۔